

SCHEDULE

2017/9/1～9/30

	月		火		水		木		金		土		日		
	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	O1studio 低温クラス	O2studio 通常クラス	
7:00～								朝ヨガ★(30分) 7:30～							
8:00～															
9:00～	リラックスヨガ 9:00～			ヒーリング (12.26日のみ) ベーシックB (19日のみ)	ハタ(前屈) 9:00～			ベーシック 9:00～		ヒーリング (1.15.29日のみ) ベーシックB (8.22日のみ)	ハタ(前屈) 9:30～	リラックスヨガ 9:00～	ハタ(後屈) 9:30～	ベーシック 9:00～	
10:00～															
11:00～		ヒーリング (11.25日のみ) 10:30～	ヒーリング (12.26日のみ) ハタ(後屈) (5.19日のみ) 10:30～			リラックス (6.20日のみ) ベーシックB (13日のみ) 10:30～	ヒーリング (7.21日のみ) 美顔ヨガ (14.28日のみ) 10:30～		ストレッチヨガ(下半身) (1.15.29日のみ) ハタ (8.22日のみ) 10:30～		ヒーリング 11:00～	ベーシックB (2.16日のみ) 月ヨガ(女性限定) (9.30日のみ) 10:30～	姿勢ヨガ(男性限定) 11:00～ (3.10.17.24日のみ)	動く瞑想 (10.18.24日のみ) エナジーチャージ (3.17.23日のみ) 10:30～	
12:00～	ストレッチヨガ(下半身) (4.25日のみ) 12:30～				月ヨガ(女性限定) (6.20日のみ) スペシャル(70分) (27日のみ) 12:30～			ハタ 12:30～ (14.21.28日のみ)				リラックス (15.29日のみ) ストレッチヨガ(上半身) (8.22日のみ) 12:30～	ハタ 12:30～	ハタ (10.18.24日のみ) NEWコース ロー (3.17.23日のみ) 12:30～	
13:00～															
14:00～		ハタ(前屈) (4.25日のみ) 月ヨガ(女性限定) (11日のみ)	美骨盤(女性限定) (5日のみ) スペシャル(70分) (12.26日のみ) 16:30～			ベーシック 14:00～	ハタ(後屈) (7.21日のみ) コアス ロー (14.28日)						美眼 14:30～	イベント80分 (3.17.23日のみ) ヒーリング (10.18.24日のみ) 14:30～	
15:00～											(9.30日のみ) スタンディング (2.16日のみ) 15:00～				
16:00～	ハタ 16:30～ (4.11日のみ)		月ヨガ(女性限定) (5.19日のみ) コアスロー (12.26日のみ) 16:30～			リラックス (6.20日のみ) ベーシックB (13.27日のみ)	ヒーリング (7日のみ) リラックス (14.28日のみ)					リラックス 16:30～			
17:00～												ベーシック (9.30日のみ) ベーシックB (2.16日のみ) 17:00～	リラックス 16:30～	スペシャル(70分) 16:30～	
18:00～														ベーシック (3.17.23日のみ) ハタ (10.18.24日のみ) 17:00～	
19:00～	(11日のみ) ベーシック (4.25日のみ) 18:30～	エナジーチャージ (4.25日のみ) ハタ(後屈) (11日のみ) 19:00～	ベーシックB (5.19日のみ) リラックス (12.26日のみ) 18:30～	ハタ (5.19日のみ) 美骨盤(女性限定) (12.26日のみ) 19:00～	NEWコアスロー 18:30～	リラックス 19:00～	美骨盤(女性限定) (14.28日のみ) リラックス (7.21日のみ) 18:30～	スタンディング (7.21日のみ) ハタ(前屈) (14.28日のみ) 19:00～	ヒーリング (8.22日のみ) ハタ (1.15.29日のみ) 18:30～	イベント(80分) 19:00～					
20:00～	エナジーチャージ (11日のみ) 月ヨガ(女性限定) (4.25日のみ)		ストレッチ(下半身) (5.19日のみ) ハタ (12.26日のみ)		エナジーチャージ 20:00～		ベーシックB (14.28日のみ) ハタ (7.21日のみ)		NEWコアスロー 20:00～						
21:00～		リラックス 20:20～ 21:20	ベーシック 20:20～ 21:20			ハタ 20:20～21:20		ナイトヨガ(60分) 20:20～ 21:20							